



UNTERNEHMENS
BERATUNG



ERFOLGREICH SEIN - LEISTUNGSFÄHIG BLEIBEN

INTERDISZIPLINÄRE STRESS- UND BELASTUNGSPRÄVENTION

Immer mehr UnternehmerInnen fühlen sich durch Dauerstress erschöpft und wenig leistungsfähig. Gründe dafür liegen häufig in Schwierigkeiten im beruflichen Bereich, in privaten Zusatzbelastungen und persönlichen antreibenden Einstellungen.

Arbeit an sich ist sinnstiftend, dient der Selbstverwirklichung und macht sogar glücklich, sofern man das machen kann, was man gerne macht. Selbstständige finden in ihrem Tun oft die Verwirklichung ihrer kreativen Träume, sie sind Chef/Chefin in ihrem Berufsleben.

Dass der Leistungsdruck, die Verantwortung, das Risiko, die Unsicherheit und somit auch der Stress groß sind, ist ebenfalls Faktum. Entscheidend ist, wie man mit den vielfältigen Belastungen umgeht, um leistungsfähig zu bleiben.

Gefördertes Coaching

Wie leistungsfähig sind Sie? Wie gut gehen Sie mit (Dauer-)Stress um? Auf welchen Gebieten stehen Sie unter Druck? Welche Widerstandskräfte können Sie entwickeln? Wie gelingt es, Ihre Fähigkeiten und Ressourcen effektiv einzusetzen? Was können Sie aktiv zu einer ausgewogenen Lebensführung beitragen? Was verschafft Ihnen Freude an der Arbeit? Worin liegt Ihre Berufung? Was wäre zu ändern, damit es besser wird?

Diese und alle anderen Fragen können Sie in einem speziell entwickelten 3-wöchigen Coaching-Programm mit Begleitung eines kompetenten und erfahrenen Coaching-Teams beantworten und kreativ bearbeiten.

Ziel ist es, dass Sie auch in schwierigen Zeiten Leistung ohne Stress erbringen können, Lösungen für Probleme finden, Ihr Berufs- und Privatleben in Einklang bringen, Ihre Widerstandsfähigkeit erhöhen und Freude an der Arbeit haben.

Ein interdisziplinäres Präventions-Paket

Anstatt krankmachende Folgen von ungesundem Dauerstress durch Ärzte, Psychiater oder Psychotherapeuten bzw. durch Medikamenteneinsatz langwierig zu reparieren, ist es sinnvoll, aktiv etwas gegen Dauerstress zu tun. Dafür wurde ein professionelles zweistufiges Präventionspaket speziell für Selbstständige entwickelt, das in **Kooperation mit der AUVA** von der WIFI Unternehmensberatung angeboten wird.

Dieses Programm ist in 2 Teile gegliedert (2-stündiges Erstgespräch, 16-stündiges Coaching) und kann berufsbegleitend konsumiert bzw. in den täglichen Arbeitsablauf integriert werden.



Kontakt

Unternehmensberatung WIFI Wien
Währinger Gürtel 97 | 1180 Wien
T 01/476 77-5355 | F 01/476 77-5359

E unternehmensberatung@wifiiien.at | W www.wifiiien.at/ub
Aktuelle Bildungsangebote des WIFI Wien: T 01/476 77-5555 | W www.wifiiien.at



UNTERNEHMENS
BERATUNG



Anmeldung via:
F 01/476 77-5359 | T 01/514 50-5355
E unternehmensberatung@wifiiwien.at
W www.wifiiwien.at/ub
oder per Post
Unternehmensberatung WIFI Wien
Währinger Gürtel 97, 1180 Wien

ANMELDEFORMULAR

Unternehmen

AnsprechpartnerIn

Mitgliedsnummer der WK Wien

Gründungsdatum

Straße/Hausnummer/PLZ/Ort

Telefon/Fax

E-Mail

Branche

MitarbeiterInnen-Anzahl

keine 1-4 5-9 10-19 20-49 50-249 über 250

Jahres-Umsatz

bis € 50.000 bis € 100.000 bis € 500.000
 bis € 1 Million bis € 10 Millionen über € 10 Millionen

Vom Angebot erfahren durch

WK Wien Gründerservice Internet Sonstiges

Zum Thema **ERFOLGREICH SEIN - LEISTUNGSFÄHIG BLEIBEN**
INTERDISZIPLINÄRE STRESS- UND BELASTUNGSPRÄVENTION

wähle ich folgenden Beratungsumfang

- Erstgespräch - bis zu 2 kostenlose Coachingstunden (mehrstufige Erhebung des vorhandenen Belastungsniveaus durch Fragebögen und Tests, persönlicher Anamnese und ausführlichem Erstcoaching, um das weitere Präventionsprogramm individuell abzustimmen) **100% gefördert.**
- 16 Stunden individuelles Coachingprogramm, bestehend aus Einzelcoachings und Gruppencoachings sowie Themenberatungen (z.B. gewaltfreie Kommunikation, Entspannungstechniken, Schuldnerberatung), **75% gefördert.**

.....
Datum und Unterschrift

(durch eine zeichnungsberechtigte Person)

Pro Beraterstunde gilt in Wien ein begünstigter Netto-Stundensatz von Euro 74,- (zzgl. 20% USt.). UnternehmerInnen bezahlen aufgrund der 50% Förderung durch die Wirtschaftskammer Wien nur € 37,- netto pro Stunde; dank der 75% Förderung durch die Stadt Wien und Wirtschaftskammer Wien bezahlen JungunternehmerInnen und GründerInnen sogar nur € 18,50 netto pro Stunde.

Es gelten die Beratungsrichtlinien des WIFI Wien. Diese sind unter www.wifiiwien.at/ub abrufbar bzw. können unter T 01/514 50-5355 angefordert werden. Ich bin damit einverstanden, per e-mail Informationen über aktuelle Beratungsangebote zu erhalten.